

директор
ИП Харитонова Е.Г.
Харитонова Е.Г.

МЕНЮ

16 ДЕКАБРЯ 2024 г.
ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	Доцентурь
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МАННАЯ МОЛОЧНАЯ ЖИДКАЯ "СНЕЖНАЯ КОРОЛЕВА"	180	4,4	6	22,1	161,1	199
МАСЛО (ПЛОДОВО-ЯГОДНОЕ)	7	0,1	8,3	0,1	75,4	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	412
Итого за прием пищи:	417	7,1	15,3	51,1	370,3	
Завтрак						
СОК	150	4,4	6	22,1	161,1	199
Обед						
САЛАТ ИЗ КАПУСТЫ	50	0,7	2	10,4	63,3	13
СУП ВИТАМИННЫЙ С КУРИЦЕЙ "КУРОЧКА РЯБА"	180	14,5	6	8,5	145,9	86
ТЕПОВ С МЯСОМ "СТАРИК ХОТТАБЫЧ"	200	3,5	3	22,6	132,2	219
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СУШЕНЫХ ФРУКТОВ "МОЛОДИЛЬНОЕ ЯБЛОЧКО"	200	0	0	9,7	38,7	394
Итого за прием пищи:	670	21,5	11,8	70	473,3	
Ужин						
ЗАПЕКАНКА ИЗ ТВОРОГА	120	3,5	3	22,6	132,2	219
СТУЩЕННОЕ МОЛОКО	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
ЯБЛОКО	100	0,3	0,1	13,5	55,2	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,3	0,1	13,5	55,2	411
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	450	8,2	6,1	60,1	326,5	
Всего за день:		#####	33,2	181,2	1170,1	

МЕНЮ
 17 ДЕКАБРЯ 2024 г.
 ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША ОВСЯНАЯ ЖИДКАЯ "МАЛЕНЬКИЙ ПРИВЕЦ"	180	4,6	6,9	18,7	157,3	199
МАСЛО (ПОРЦИЯМИ)	5	0,1	8,3	0,1	75	6
СЫР	10	0,1	8,3	0,1	75	6
БАТОН	30	2,3	0,9	15,4	78,6	
КОФЕЙНЫЙ НАПИТОК С МОЛОКОМ ИЗ СТРАНЫ ЧУДЕС	200	2,2	1,9	18,6	100,5	412
Итого за прием пищи:	425	9,3	26,3	52,9	486,4	
Завтрак						
СНЕЖОК	150	4,6	6,9	18,7	157,3	199
Обед						
МОРКОВЬ	50	0,7	2	10,4	63,3	14
ЩИ "ОТ ДЕДУШКИ МАЗЯ" СО СВЕЖЕЙ КАПУСТОЙ И КАРТОФЕЛЕМ	180	5,6	4,5	8,3	97,9	87
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ "СНЕГУРОЧКА"	130	4	4,1	18,1	125,1	330
КОЛЕТКИ РЫБНЫЕ "РУС АЛЮЧКИ"	80	2,8	1,3	16,9	68	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ "ГРАФИНЯ ВИШЕНКА"	200	0,4	0,1	25,5	105,8	393
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
Итого за прием пищи:	680,00	16,3	12,8	98	553,3	
Ужин						
КАША ГРЕЧЕВАЯ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
ФРИКАЗ ИЗ ПТИЦЫ	80	4	4,1	18,1	125,1	330
ПЕЧЕНЬЕ	50	4	4,1	18,1	125,1	330
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
Итого за прием пищи:	480	13,7	13	76,8	476,3	
Всего за день:		25,6	39,1	150,9	1039,7	

МЕНЮ

18 ДЕКАБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Директор
ИИТ Харитонова Е.Г.
Харитонова Е.Г.

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Пищевые вещества			963	№ рецептур ы
		Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г		
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ РИСОВАЯ "БЕЛОСПЕЖКА"	180	4,5	6,1	20,8	157,2	182
МАСЛО (ПОРЦИЙНЫ)	7	0,1	8,3	0,1	7,5	6
ЯЙЦО ВАРЕНОЕ	20	2,3	3	0	36,5	7
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	2,2	1,9	18,6	100,5	416
Итого за прием пищи:	437	10,6	19,9	49,8	421,6	
Завтрак						
ЯБЛОКО	100	4,5	6,1	20,8	157,2	182
Обед						
ИКРА КАБАЧКОВАЯ	50	0,65	1,8	8,6	58,9	21
СУП ГОРОХОВЫЙ	180	4,5	3,9	9,5	93,5	72
МАКАРОНЫ ОТВАРНЫЕ ДЛЯ ИШЫ МУРОМЦА	130	3,5	3	22,6	132,2	219
БИТОЧКИ МЯСНЫЕ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ КУРАГИ "ВЕСЕЛЫЙ АБРИКОС"	200	5,4	4	7,6	84,8	394
Итого за прием пищи:	680,00	26,55	24,6	80,2	653,7	
Ужин						
ЖАРКОЕ С КУРИЦЕЙ	180	2	3,3	14,9	97,2	339
ПИРОЖОК С ЯБЛОКОМ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ	200	5,4	4	7,6	84,8	417
Итого за прием пищи:	430	5,4	4	7,6	84,8	
Всего за день:		9,2	7,6	17,9	173,7	
Всего за день:		75,4	72,8	233,8	1898,8	

МЕНЮ

19 ДЕКАБРЯ 2024 г.

ОТ 3 ГОДА ДО 7 ЛЕТ

Прием пищи, наименование блюда	Масса порции	Белки, г	Жиры, г	Углеводы, г	Энергетическая ценность, ккал	№ рецептуры
Цена: 179 руб.						
Завтрак						
КАША МОЛОЧНАЯ ПШЕНИЧНАЯ	180	4,6	6,6	20,1	159,1	182
МАСЛО (ПОРЦИЙМИ)	7	0,1	8,3	0,1	75	6
ВЕТЧИНА	10	2,6	2,3	0,2	31,5	227
БАТОН	30	1,5	0,6	10,3	52,4	
КАКАО С МОЛОКОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	411
Итого за прием пищи:	427	9	17,9	42,9	366,6	
Завтрак						
РЯЖЕНКА	150	6,1	4,5	9,9	109,8	420
Обед						
ВИНЕГРЕТ	50	0,4	1,5	2,6	25,3	21
СУП КУРИНЫЙ	180	6,4	7,6	10,6	137,9	82
РИС ОТВАРНОЙ	130	4	4,1	18,1	125,1	330
БЕФСТРОГАНОВ ИЗ КУРИЦЫ	80	9,7	11,1	13,1	191,1	304/367
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
ХЛЕБ РЖАНОЙ	20	1,3	0,2	8,5	40,8	
КОМПОТ ИЗ СВЕЖЕЙ ВИШНИ ТРАФИНИЯ ВИШЕНКА	200	0,2	0,2	22,1	91,6	393
Итого за прием пищи:	760	37,9	24,7	88,7	728	
Ужин						
КАРТОФЕЛЬНОЕ ПЮРЕ	130	2	3,3	14,9	97,2	339
ТЕФТЕЛИ МЯСНЫЕ В СОУСЕ	80	2	3,3	14,9	97,2	339
ПРЯНИКИ	50	1,3	0,2	8,5	40,8	
ЧАЙ С САХАРОМ И ЛИМОНОМ	200	0,2	0,1	12,2	48,6	418
ХЛЕБ ПШЕНИЧНЫЙ	20	1,5	0,6	10,3	52,4	
Итого за прием пищи:	480	7	7,5	60,8	336,2	
Всего за день:		75,4	72,8	233,8	1898,8	



